



# Plan de Área Educación Física



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016

DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9

*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

## IDENTIFICACIÓN INSTITUCIONAL

### DATOS GENERALES:

Nombre Completo de la Institución Educativa: INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS.

E-mail: [colrafaelgarciaherreros\\_rural@yahoo.es](mailto:colrafaelgarciaherreros_rural@yahoo.es); [colrafaelgarciaherreros\\_rural@semcucuta.gov.co](mailto:colrafaelgarciaherreros_rural@semcucuta.gov.co)

Página web: [itecrafaelgarciaherreros.edu.co](http://itecrafaelgarciaherreros.edu.co)

Código Municipal: 5400105115242

Número de Identificación Código DANE: 254001009151

Centro Educativo Monteverde 254001008031

Centro Educativo El Amparo 254001008023

Centro Educativo Miraflores 254001009526

Centro Educativo Puerto León 254001005946

Centro Educativo Banco de arena 254001002602

Centro Educativo Palmarito 254001000831

Centro Educativo La Punta 254001002203

Centro Educativo El Veinticinco 254001001312

Centro Educativo Vigilancia 254001000316

Centro Educativo Cinco de Mayo 254001009518

### UBICACIÓN Y/O LOCALIZACIÓN FÍSICA:

**Municipio:** San José de Cúcuta.

**Departamento:** Norte de Santander.

**Zona:** Rural

**Comuna:** No. 10

**Cadel:** 5

**Corregimientos:** Palmarito y Banco de Arena

**Propiedad jurídica:** Oficial



# Plan de Área Educación Física



SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016

DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9

*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

**Inscripción del PEI:** No. 242

**Jornada:**

1) **Mañana:** Básica Secundaria.

Básica Secundaria: 7:00 AM. 1:00 PM

2) **Única:** Preescolar, Básica Primaria, Media Técnica

Preescolar: 7:00 AM. 1:00 PM

**Básica Primaria:** 7:00 AM. 1:00 PM

**Media Técnica:** 7:00 AM. 2:00 PM

Calendario Escolar: A

**Ámbito:** Educación Formal y Escuela Nueva.

**Niveles que ofrece:**

Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Media Técnica.

Especialidad: Bachiller Técnico en Frutas y Hortalizas

**SITUACIÓN LEGAL:**

Fecha de Fundación. Acuerdo 659 del 29 de Diciembre de 1993, su Parte legal se sustenta en la ley 115 de 1994.

Decreto reglamentario 1860, Resolución 2343/96

Decreto 1857 Fondos Docentes

Decreto 4791 de 2008 de fondos de servicios educativos Decreto 3011 Educación Adultos

Decreto 2737 de 1989 Noviembre 27 código menor

Ley 1098 de marzo de 2013 de Infancia y Adolescencia Plan decenal.

Decreto 1283/1906 2002 Inspección Vigilancia Decreto 1278/19-06-2002 Estatuto Profesionalización

Ley 715 de Diciembre de 2001

Decreto 1290 de 2009 Sistema Institucional de Evaluación



# Plan de Área Educación Física



SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9

*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

## 1. PRESENTACION.

El Plan de área de Educación Física es una propuesta que responde a las necesidades más sentidas del ser humano, el desarrollo físico integral, sus facultades motoras y su desarrollo social, logrando mediante la ejercitación del movimiento, y el aprendizaje de destrezas básicas la conservación y el mejoramiento de la salud física, mental y la capacidad comunicativa.

En los estudiantes Instituto Técnico Rafael García Herreros se identifica como limitación el desarrollo social, por eso se busca mejorar las relaciones interpersonales, fortalecer el trabajo en equipo y la capacidad comunicativa a través de las actividades físicas, recreativas y deportivas. Los contenidos temáticos buscan satisfacer las necesidades sociales y motrices, aprovechando el interés de los estudiantes de la institución por las actividades corporales y lúdicas que se realizan a nivel deportivo, recreativo y cultural, enriqueciendo el potencial motriz que existe en la comunidad.



La nueva filosofía de la educación considera la educación Física como principio fundamental para la salud y la formación del hombre; desde esta perspectiva, el papel a cumplir es muy amplio y compromete no solo a los docentes del área, sino a toda la comunidad educativa. La educación física se define como *“un proceso de formación permanente, cultural y social, que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad humana, de sus derechos y sus deberes”*, tomada como área del plan de estudio; la educación física es el conjunto de procesos pedagógicos que tiene como eje la corporalidad y sus manifestaciones motrices en función de la formación integral del hombre. En este sentido la recreación y el deporte deben ser tomados como medios de formación, concretándose en actividades de carácter lúdico que permiten el desarrollo de las dimensiones corporal, cognitiva, ética y afectiva del ser humano.



# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

## 2. IDENTIFICACIÓN DEL ÁREA

### 2.1 INTENSIDAD HORARIA

GRADOS	Pres.	SECCIÓN PRIMARIA					SECCIÓN SECUNDARIA					MEDIA TECNICA	
		1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10°	11°	
ASIGNATURAS	T												
EDUCACIÓN FÍSICA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

## 2. REFERENTES TEÓRICOS

El ser humano al nacer carece de madurez corporal y se acentúa especialmente en el estado de su sistema nervioso. No nace con las respuestas motrices necesarias para atender sus propias necesidades ni las exigencias del medio, están carencia hace que el ser humano deba aprender las respuestas necesarias para sobrevivir, estando condicionado este aprendizaje por la estimulación que recibe. “El aprendizaje corporal es el aprendizaje inicial que puede hacerse espontáneamente o por la intervención sistemática del adulto” (Vásquez, B. 1989).

La educación física intentara educar las capacidades motrices, profundizando en el conocimiento de la conducta motriz como organización significativa del comportamiento humano, asumiendo actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y a la conducta motriz. Por lo tanto, “La educación física es, un Componente inseparable de la educación total” (Sched, F 1971).

La actividad corporal es inseparable de la espiritual, están unidas entre si con un ritmo muy determinado. Por ello, la comprensión de la conducta motriz no puede aislarse de la comprensión del propio cuerpo como elemento presente en la experiencia de las personas e integrado en la vivencia personal y en las expresiones; comunicativas, afectivas y cognoscitivas.

Giuliano define la educación física como aquella parte de la actividad que desarrolla por medio de movimientos voluntarios y precisos la esfera fisiológica, psíquica, moral y social, reforzando y educando el carácter, contribuyendo durante las edades de desarrollo a la formación de una mejor personalidad del futuro hombre.



# Plan de Área Educación Física



SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9

*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

José M. Cagigal, definía la educación física por su contribución a la formación global del individuo a través del movimiento, es decir que la enseñanza de la educación física deberá proporcionar a los educandos la información para que puedan ejercitar una actitud crítica ante el fenómeno social que hoy representan las actividades físico-deportivas, en sus aspectos psicológicos, culturales y económicos. Por tanto, la educación física y el deporte inciden sobre la persona en su totalidad, contribuyendo a la formación física, intelectual y moral.

Particularmente, los trabajos de Piaget y Jean Le Boulch “método psicocinético”, quien mira al niño en su integridad, en su interacción social y en su autonomía; plantea la necesidad de acompañar el trabajo diario de actividades que se preocupen por las actitudes y capacidades del niño, antes que por su especialización deportiva; al desarrollar la clase, la orientación metodológica.

## 5. OBJETO DE ESTUDIO DEL ÁREA

El proceso de su desarrollo corporal. Estudia el movimiento, sus características e incidencias en los procesos de desarrollo del hombre en el orden cognoscitivo, socio afectivo y motor, contemplando al educando como totalidad y eje del aprendizaje, así:


-Orgánicamente, su función es la de contribuir al desarrollo físico que implica trabajo de los sentidos, del sistema nervioso, osteo-muscular, circulatorio y respiratorio, para el mejoramiento de las cualidades físicas y motrices que conducen a un buen estado físico.

-Cognitivamente, va desde la percepción y acción para la adquisición de conceptos básicos hasta usar el movimiento en acciones complejas que implican planificar tareas individuales o de conjunto, que generan estrategias de tal manera que de acuerdo con la edad y madures, se contribuye al desarrollo del pensamiento.

-Socialmente la educación física inicia el individuo en el complejo mundo de las leyes, ajustándolo a su desenvolvimiento y relaciones interpersonales de acuerdo con el avance de madures y desarrollo Estructurar bases integrales del desarrollo físico y motor que faciliten al educando mejorar y fortalecer el crecimiento corporal, intelectual y social de la persona, promoviendo así mismo un ambiente social a través de actividades deportivas y recreativas que permita arraigar la cultura física del ser humano, encaminado a la conservación de la salud y aprovechamiento útil del tiempo libre.

## 6. OBJETIVOS

### 6.1 OBJETIVO GENERAL DEL ÁREA

GRADOS	OBJETIVOS POR GRADO:	OBJETIVOS POR NIVEL:
1°	Promover en el niño las capacidades perceptivas motrices a través de juegos libres y dirigidos para ayudarlas a desarrollar en un mundo de contacto con los demás y con la naturaleza.	Teniendo en cuenta la ley general de educación, los lineamientos curriculares, los enfoques metodológicos y la filosofía salesiana se pretende integrar de acuerdo a sus características en los siguientes ámbitos:  Imagen, percepción y organización corporal
2°	Posibilitar experiencias que contribuyan al desarrollo sicomotor, a través de juegos, ejercicios	





# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

	Libres y dirigidos favoreciendo la iniciación en habilidades y destrezas y la ubicación en el contexto social.	<ul style="list-style-type: none"> <li> Habilidades básicas de la competencia motriz</li> <li> Juegos, expresión y comunicación</li> </ul>
3°	Proporcionar al niño actividades que favorezcan la adquisición de habilidades y destrezas pre deportivas y de expresiones lúdicas para contribuir al proceso sicomotor y social del mismo.	
4°	Promover en el niño aptitudes básicas que favorezcan las practicas pre deportivas y de desempeños rítmicos para ampliar expresiones psicomotoras y sociales	
5°	Fomentar en el niño aptitudes básicas que favorezcan futuras prácticas deportivas Enriqueciendo el desarrollo sicomotor y social del niño.	
6°	Instruir la fundamentación técnica y el conocimiento básico conceptual de la cultura física Como base para la aplicación deportiva y para la vida.	
7°	Experimentar nuevos fundamentos técnicos y animar la adquisición de conceptos propios del Área de manera que contribuya al desarrollo integral de la persona.	
8°	Incrementar la fundamentación deportiva y los conocimientos de cultura física como medio de Mejoramiento de valores de carácter motor y socio afectivo.	
9°	Fortalecer el mejoramiento de las cualidades físicas en forma graduada y la fundamentación técnica como medio de apropiación de los procesos psicomotores	
10°	Afianzar la fundamentación técnica y Suministrar conceptos de organización deportiva y táctica encaminada hacia del pensamiento formal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantenimiento de habilidades básicas de la competencia motriz sustentada en una fundamentación táctica básica deportiva</li> </ul>



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

11°	Afianzar planteamientos y estrategias que implican la aplicación del pensamiento formal a través de manifestaciones lúdico recreativas en el contexto social.	generando en el ámbito lúdico recreativo impulsando el liderazgo social.
-----	---	--



# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

## 7. COMPETENCIAS Y ESTÁNDARES A FORMAR EN EL AREA

### COMPETENCIAS

Cuando una persona actúa dispone de sus capacidades y habilidades motrices en relación con comportamientos inteligentes a los cuales otorga una significación en el marco de las condiciones de acción. A esta competencia se le denomina competencia praxeológica

- **COMPETENCIA PRAXEOLÓGICA:** La competencia fraseológica se refiere al acto práctico y a sus implicaciones corporales, sociales, lúdicas, estéticas y cognitivas, esto es hacia todas las dimensiones de desarrollo humano y eleva el nivel de enriquecimiento de la persona por la apropiación de los diferentes dominios correspondientes a los procesos de la educación física.

1. Interpretar las diferentes estrategias en la construcción de lenguajes corporales para el ajuste postural
2. Relacionar las bases metodológicas del movimiento y los objetos para mejorar su control corporal
3. Analizar el sentido de la dinámica de movimiento corporal y objetos para el mejor desempeño motriz del ser humano
4. Conocer las ventajas que conlleva la mejora de las capacidades corporales para el desarrollo del ser humano.
5. Analizar la importancia del espacio y el tiempo como base de los desplazamientos en la dinámica del movimiento
6. Conocer los límites de las capacidades corporales para llegar a una comprensión más lógica de las valencias físicas
7. Identificar las expresiones rítmicas con base a la Construcción de lenguajes corporales para conseguir una comprensión más clara del tema
8. Control y dominio de habilidades específicas al coordinar movimientos corporales con implementos.
9. Generar situaciones que propicien el acondicionamiento en el desarrollo de prácticas físicas.
10. Construir esquemas organizacionales desplegando estrategias en eventos prácticos deportivos.
11. Utilizar esquemas de preparación física que conlleven a la conservación de la salud en las actividades de mantenimiento

PROCESOS DE FORMACION	PRACTICAS CULTURALES
Vivencia y exploración	Conocimiento, desarrollo, dominio, expresión y valoración del cuerpo
Fundamentación de técnicas y aplicaciones	Formación técnica individual y de grupo. Relación medio ambiente, tiempo, espacio.
Generalización y producción de cultura	Implicaciones socioculturales de la actividad física, usos, organización, producción.





# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

## ESTÁNDARES

PROCESO	1-2-3	4-5-6	7-8-9	10-11
<b>DESARROLLO FÍSICO Y MOTRIZ</b>	Relación dinámica entre movimiento corporal y objetos	Identificación de capacidades corporales	Experimentación sobre problemas de movimiento corporal	Proyección de sus capacidades corporales a un fin
<b>ORGANIZACIÓN TIEMPO Y ESPACIO</b>	Exploración y ampliación del entorno	Relación y diferenciación de espacios y tiempos	Construcción de tiempos y espacios de acuerdo con intereses específicos	Adecuación del tiempo y el espacio a construcciones corporales
<b>FORMACION TECNICA</b>	Combinaciones de movimiento	Organización de movimientos de acuerdo con un fin	Domnio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos	Calidad y eficiencia en Movimientos corporales.
<b>INTERRELACION SOCIAL-CULTURAL</b>	Diferenciación de comportamientos de acuerdo con el lugar	Hábitos de cuidado personal y de su entorno	Hábitos y acciones de solidaridad y comunicación	Comparación de diversas prácticas corporales y su significación cultura.
<b>EXPRESION CORPORAL</b>	Representaciones a partir de iniciativas propias.	Representación de ideas sentimiento s y valores	Construcción de lenguajes corporales	Construcción de de composiciones organizaciones desde los diferentes campos.



# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016

DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

## 8. CONTENIDOS

### GRADO: PRIMERO

LOGRO GENERAL				
Experimentar los conceptos básicos conductas psicomotoras enfocadas en la proyección espacial				
PERIODO	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	EXPERIENCIAS Y CONCEPTOS BASICOS.	Conocimiento corporal. Tensión y relajación global y segmentaría Equilibrio en las posiciones básicas.	* Identificará en su cuerpo y en el de sus compañeros los diferentes ejes corporales * Se desplazará utilizando todas las formas de locomoción sin presentar dificultades.	Reconocerá los desempeños motrices acompañado del desarrollo físico y mental
2	PROYECCION ESPACIAL	Conocimiento corporal. Tensión y relajación global y segmentaría Equilibrio en las posiciones básicas.	Coordinará movimientos y desplazamientos en rondas y juegos.	Realizará las actividades motrices integradas a la noción tiempo-espacio
3	CONDUCTAS PSICOMOTORAS	Lateralidad Coordinación fina, ojo-mano, ojo-pie Ajuste postural. Percepción rítmica básica	Comprenderá la importancia del trabajo colectivo para el aprendizaje motriz y la conservación de la salud.	Ejecutará los trabajos simples enfocados a la lateralidad, la coordinación y el ajuste postural.
4	COORDINACIÓN	Independencia segmentaría Coordinación, trayectorias y distancias. Direcciones: espacio y tiempo	Mejorará la coordinación viso-pédica, viso-manual en los niños, mediante actividades de conducción, lanzamientos y recepción de elementos.	Desarrollará los trabajos sistemáticos con el aprovechamiento de los recursos y espacios para la práctica



# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016

DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

## GRADO SEGIUNDO

LOGRO GENERAL		Participar en las prácticas sicomotoras adecuadas a su desarrollo		
PERIODO	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	INTEGRACION DE EXPERIENCIAS Y CONCEPTOS.	Coordinación dinámica general Continuidad y secuencia Lateralizada Coordinación	* Identificará en su cuerpo y en el de sus compañeros los diferentes ejes corporales * Se desplazará utilizando todas las formas de locomoción sin presentar	Demostrará la evolución en el desarrollo físico y mental adecuada a su etapa de desarrollo
2	CONDUCTAS SICOMOTORAS Y PROYECCION ESPACIAL	Coordinación óculo-manual Equilibrio dinámico Independencia segmentaría (brazos- piernas)	Coordinará movimientos y desplazamientos en rondas y juegos.	Adquirirá hábitos motrices enfocados a su Independencia segmentaría.
3	INICIACION A DESTREZAS ELEMENTALES	Coordinación óculo-manual Equilibrio dinámico Independencia segmentaría (brazos- piernas)	Comprenderá la importancia del trabajo colectivo para el aprendizaje motriz	Interactuará de una forma práctica siguiendo los términos coordinativos planteados.



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

4	VELOCIDAD	Tensión y relajación Coordinación segmentaría Expresión rítmica (iniciación) Conceptos tiempo espacio (velocidad)	Mejorará la coordinación viso-pédica, viso-manual en los niños, mediante actividades de diferentes posiciones de salida rápida.	Desarrollará estructuras básicas utilizando las características motrices imprimiendo agilidad en la ejecución
<b>GRADO TERCERO</b>				
LOGRO GENERAL		Desarrollar expresión rítmica.		
PERIODO	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	JUEGOS CON ELEMENTOS	Coordinación general y manejo de la soga. Juegos con pelota: ojo-mano	* Identificará el elemento de trabajo con el cual realizara trabajos óculo manuales y óculo pedales.	Practicará con interés y armonía los trabajos orientados a la utilización de elementos.
2	EXPERIENCIAS GIMNASTICAS(equilibrio)	Rollos y giros (Control corporal) Reloj, tijera Posiciones invertidas	Coordinará movimientos y desplazamientos en líneas, círculos y/o aparatos adecuados	Demostrará habilidad corporal en los trabajos gimnásticos básicos.
3	EXPERIENCIAS ATLETICAS	Carrera con y sin obstáculos Saltos distancia y de altura. Lanzamiento de bastón y de pelota	Comprenderá la importancia del trabajo colectivo e individual como es el atletismo.	Conseguirá un manejo más completo de los patrones motrices básicos



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

4	INICIACION A LA DANZA	Expresión rítmica. Bambuco	Mejorará la coordinación auditiva y motora mediante la actividad de la música	Realizará trabajos orientados involucrando el ritmo como elemento básico
<b>GRADO CUARTO</b>				
LOGRO GENERAL		Relacionar las bases sicomotrices aprendidas y las adapta a los trabajos deportivos básicos		
PERIODO	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	EXPERIENCIAS BASICAS: DEL TRIATLON	Carreras cortas Lanzamientos de pelotas Saltos de longitud	En atletismo, ejecuto con la mínima técnica, los movimientos básicos que forman parte de las destrezas del triatlón.	Demostrará las conductas sicomotoras tomando como base las prácticas deportivas <b>planteadas.</b>
2	GIMNASIA EN GRUPO	Figuras estáticas y de locomoción. rodamientos	Demuestra con la técnica adecuada, rollos y posiciones invertidas de la gimnasia	Construirá esquemas básicos de equilibrio y movimiento a partir de propuestas planteadas.
3	DEL BALONCESTO	Formas jugadas, sobre: pases y lanzamientos Conducción y lanzamientos Pases y conducción	Conoce y. está familiarizado con el deporte Identificando los principios de la reglamentación de juego.	Fortalecerá sus capacidades de aprendizaje tomando como orientación los sistemas de juego propuestos.



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

4	INICIACION A LA DANZA	Expresión rítmica.	* Educación Rítmica con el objetivo de conformación de grupos de baile	Aplicará los trabajos orientados involucrando el ritmo como elemento básico.
<b>GRADO QUINTO</b>				
LOGRO GENERAL		Esquematizar las conductas psicomotoras básicas con relación a los desempeños deportivos obtenidos		
PERIODO	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	EXPERIENCIAS BASICAS: ATLETICAS	Carrera de relevos Carrera de obstáculos	El estudiante conocerá de una forma Global la clasificación de las pruebas del atletismo.	Demostrará un desarrollo básico de las conductas sicomotoras
2	GIMNASTICAS INDIVIDUALES	Rollos: Adelante Atrás Adelante y atrás piernas abiertas Adelante y atrás en un pie	Vivencio los cambios fisiológicos Producidos por el esfuerzo y el reposo de los gestos técnicos que conforman las disciplinas deportivas programadas y Los demuestro con la técnica enseñada.	Empleará las conductas sicomotoras para en relación a las estructuras básicas de movimientos
3	VOLEIBOL	Juegos pre deportivos: Voleo servicio	Conoce y. está familiarizado con el deporte Identificando los principios de la reglamentación de juego	Ejecutará patrones básicos de movimientos estructurados a las adaptaciones pre deportivas



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

4	EXPERIENCIAS BASICAS:	Juegos pre deportivos: Voleo	* Identifica los principios de la Reglamentación de juego. * Demuestra fundamentación deportiva	Ejecutará trabajos orientados involucrando el ritmo como elemento básico
---	-----------------------	---------------------------------	--	--

## GRADO: SEXTO

**LOGRO GENERAL:** Esquematizar las conductas psicomotoras básicas con relación a los desempeños deportivos obtenidos

No	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	VOLEIBOL	Voleibol: Generalidades; origen, historia, campo de juego, materiales. Fundamentos; desplazamientos, posiciones, voleo.	Empleo la técnica enseñada, en situaciones individuales y grupales, utilizando los parámetros mínimos de ejecución	Demostrará coordinación motora al realizar el manejo y dominio del fundamento del golpe de dedos
2	MIRCOFUTBOL	Microfutbol: Generalidades. Fundamentos; Lanzamientos	Valoro la importancia de la Educación Física en el desarrollo integral del ser humano y como	Consolidará coordinación motora al experimentar formas jugadas de otras disciplinas deportivas
3	BALONCESTO	Generalidades; origen, historia, campo de Juego, materiales. Fundamentos;	Empleo la técnica enseñada, en situaciones individuales y grupales, utilizando los parámetros mínimos de ejecución	Demostrará coordinación motora al realizar el manejo y dominio del fundamento de Lanzamiento



# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016

DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

		Desplazamientos, posiciones, voleo.		
4	ATLETISMO	Atletismo: triatlón infantil ; Salto largo Lanzamiento de pelota Carrera corta (70 m)	En atletismo, ejecuto con la mínima técnica, los movimientos básicos que forman parte de las destrezas.	Desarrollará capacidades físicas y motrices a través de la vivencia de prácticas atléticas del triatlón infantil.
<b>GRADO: SEPTIMO</b>				
<b>LOGRO GENERAL: Conocer los elementos teóricos de las principales disciplinas</b>				
No	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	Atletismo: triatlón; Salto largo Lanzamiento de pelota Carrera corta (70 m)	En atletismo, ejecuto con la mínima Técnica, los movimientos básicos Que forman parte de las destrezas.	Desarrollará capacidades físicas y Motrices a través de la vivencia de prácticas atléticas del triatlón.	triatlón; Salto largo Lanzamiento de pelota Carrera corta
2	Microfútbol: Generalidades. Fundamentos; Lanzamientos Juegos de aplicación	Reconoce la importancia de la técnica de los deportes bases	Consolidará coordinación motora al experimentar formas jugadas de otras disciplinas	Juegos pre deportivos
3	Baloncesto: Generalidades. Acondicionamiento. Fundamentos; dribling, pases, entrada al tablero	Se ubica adecuadamente en el tiempo y espacio, para ejecutar los	Incrementará capacidades físicas y Motrices al realizar destrezas en el salto	Juegos pre deportivos





# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

		fundamentos de los deportes programados	de lazo y movimientos sustentados del golpe de antebrazo.	
4	Voleibol Generalidades. Acondicionamiento. Fundamentos; saques y boleo sobre la red	Utiliza sus capacidades físicas para obtener un mejor desempeño deportivo	Incrementará capacidades físicas y motrices al realizar movimientos sustentados de manejo, dominio, y saques y boleo en Voleibol.	Juegos pre deportivos
<b>GRADO: OCTAVO</b>				
<b>LOGRO GENERAL: Incrementar las habilidades coordinativas que orienten hacia la fundamentación de los deportes a practicar.</b>				
No	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	VOLEIBOL	Voleibol: Acondicionamiento; Saltos de lazo Fundamentos; golpe de antebrazo, Servicio; por debajo, por encima.	En Voleibol, ejecuto con la técnica enseñada, el golpe de dedos, con antebrazos y el saque de seguridad, individualmente	Incrementará capacidades físicas y motrices al realizar destrezas en el salto de lazo y movimientos sustentados del golpe de antebrazo
2	MICROFUTBOL	Microfútbol: Generalidades. Fundamentos; Lanzamientos s o b r e e l h o m b r o y e n suspensión. Juegos de aplicación	Demuestro con la técnica enseñada, algunos fundamentos del balonmano	Mejorar habilidades básicas y de Equilibrio al realizar destrezas de manos libres aplicando principios y bases fundamentales de la gimnasia.



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**



Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016

DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9

*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

3	ATLETISMO	Atletismo: Pruebas atléticas; Salto alto, estilo natural, tijera y	Demuestro desarrollo y mejoramiento físico, en distintas pruebas y deportes específicos.	Afianzará coordinación motora al realizar destrezas en el salto de lazo y salto alto, demostrando control y manejo corporal en posiciones de suspensión.
4	BALONCESTO	Baloncesto: Acondicionamiento; repaso de drible y entrada al tablero. Fundamentos, trenza, sostenido	Aplico diferentes gestos técnicos de las disciplinas trabajadas, en situaciones reales de juego	Afianzara la coordinación motora al ejecutar movimientos coordinados de Lanzamiento en sostenido y la trenza.

## GRADO: NOVENO

**LOGRO GENERAL:** Esquematizar las conductas psicomotoras básicas con relación a los desempeños deportivos obtenidos

No	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	CUALIDADES FISICAS	Acondicionamiento físico: Resistencia, Fuerza,	son aquellas facultades fisiológicas que apoyadas en los elementos anatómicos permiten la realización	Ejercitará las capacidades físicas de manera gradual para la conservación de la salud y la vida diaria.
2	VOLEIBOL	Voleibol: Acondicionamiento; Saltos de lazo Fundamentos; golpe de antebrazo, Servicio; por debajo, por encima.	En Voleibol, ejecuto con la técnica enseñada, el golpe de dedos, con antebrazos y el saque de seguridad, individualmente	Incrementará capacidades físicas y motrices al realizar destrezas en el salto de lazo y movimientos sustentados del golpe de antebrazo



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

3	ATLETISMO	Atletismo: Pruebas atléticas; fondo y semi-fondo Paso de vallas, Técnica de carrera y de paso.	Demuestro mi desarrollo y mejoramiento físico, en distintas clases de pruebas y deportes específicos.	Consolidará la coordinación motora al efectuar el ejercicio atlético del paso de vallas y destrezas en el salto de lazo.
4	MICROFUTBOL	Microfútbol: Generalidades. Fundamentos; Lanzamientos s o b r e el h o m b r o y en suspensión. Juegos de aplicación.	Establezco diferencias y características generales entre el Balonmano y otros deportes	Consolidará coordinación motora al experimentar formas jugadas de otras disciplinas

## GRADO: DECIMO

**LOGRO GENERAL:** Esquematizar las conductas psicomotoras básicas con relación a los desempeños deportivos obtenidos

No	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	ORGANIZACION DEPORTIVA	Organización Deportiva: Comisiones. Sistemas de competición; por eliminación y todo contra todos. Laboratorio.	Conozco los componentes que Permiten la organización, planeación, ejecución y evaluación, de proyectos deportivos.	Adquirirá conocimientos básicos sobre Organización deportiva a través de la vivencia de prácticas aplicadas.
2	PRINCIPIOS DE KINESIOLOGIA	Principios de Kinesiología: Movimientos	Es el estudio científico del movimiento h u m a n o y le permite intervenir	Identificará los movimientos básicos articulares efectuando la valoración y ubicación muscular respectiva en el ejercicio.



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**



Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9

*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

		Articulares. Valoración muscular. Ubicación muscular.	en la recuperación y rehabilitación psicomotora, mediante la aplicación de técnicas y procedimientos de naturaleza física.	
3	ATLETISMO	Atletismo: Pruebas atléticas; fondo y semi-fondo	emprender actividades atléticas destinadas a niños y jóvenes en la	Afianzará ubicación y manejo corporal y destreza al participar en la realización
4	RECREACION	Recreación: Juegos recreativos tradicionales. Deporte modificado. Salidas de grupo.	Es aquella actividad humana libre, placentera que, efectuada individual y socialmente, respondiendo a una actividad emprendida voluntariamente durante el tiempo libre, está motivada primordialmente en la satisfacción o placer que se deriva de ella	Mejorará aptitudes de liderazgo y convivencia al participar en actividades lúdico recreativas.

## GRADO: ONCE

**LOGRO GENERAL:** Esquematizar las conductas psicomotoras básicas con relación a los desempeños deportivos obtenidos

No	NÚCLEOS TEMATICOS	EJES TEMATICOS	ESTANDARES RELACIONADOS	COMPETENCIA A FORMAR POR PERIODO
1	VOLEIBOL	Voleibol: Acondicionamiento; Saltos de lazo Fundamentos; golpe de antebrazo,	En Voleibol, ejecuto con la técnica enseñada, el golpe de dedos, con antebrazos y el saque de seguridad, individualmente	Incrementará capacidades físicas y motrices al realizar destrezas en el salto de lazo y movimientos sustentados del golpe de antebrazo



# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016

DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

		Servicio; por debajo, por encima.		
2	ATLETISMO	Atletismo: Pruebas atléticas; Semi-fondo 100 – 200 – 400 – 800 mts Pruebas de fondo 1500 – 3000 5000 – 10.000 mts	Organizo y aplico, actividades lúdico- recreativas, con el grupo o en la sección primaria	Afianzará ubicación y manejo corporal y destreza al participar en la realización de pruebas de semi-fondo y fondo en atletismo
3	RECREACION	Recreación: Deporte dirigido. Juegos tradicionales; fusilado, quemado, miscelánea. Salidas de grupo	Tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivo. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las escuelas de formación deportiva y semejantes	Fortalecerá aptitudes de liderazgo y convivencia al integrar y motivar actividades individuales y/o grupales de formación lúdico
4	PREDEPORTIVOS	PREDEPORTIVOS	Recreación: Continuación	Conozco los componentes que Permiten la organización, planeación, Ejecución y evaluación, de proyectos deportivos.



# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

## 9. MÉTODOS, ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Para el proceso de enseñanza y aprendizaje de la educación física, son aplicables métodos clásicamente conocidos, como el de inducción y el de deducción, teniendo en cuenta que uno nunca excluye al otro.

-El deductivo, va del todo a las partes, se aplica en la etapa inicial de la enseñanza e los movimientos, es decir, que a partir de la idea global que el niño tenga, llegue a realizar todos y cada uno de los movimientos.-El inductivo, de las partes al todo, se aplica en la enseñanza de movimientos de difícil ejecución. Este método recomienda descomponer el ejercicio en las fases que sean necesarias y articuladas, para el mejor logro de su aprendizaje.

También son aplicables métodos básicos como: las formas jugadas, los problemas de movimiento los proyectos, laterización, la demostración, trabajo dirigido y otros La metodología en educación física se plantea como el estudio de los procesos en la Aplicación del trabajo que facilita la eficiencia en la enseñanza aprendizaje así mismo.

## 10. CRITERIOS

La evaluación es un componente del proceso educativo mediante el cual se hacen apreciaciones sobre el aprendizaje y la enseñanza, a través de evidencias referidas a desempeños y logros. En este sentido, se reconoce que la evaluación se realiza a través de un proceso que tiene en cuenta los logros esperados, el programa sobre el cual se realiza el aprendizaje; aprendizaje que se valora a través de los indicadores de logro, para finalmente, apreciar los logros alcanzados y realizar los ajustes correspondientes en la dirección de la enseñanza y en el aprendizaje mismo. El objeto de la evaluación es observar, comparar y reunir la información necesaria para corregir el proceso de enseñanza, valorar el logro del estudiante, variar o readecuar acciones y proporcionar las orientaciones hacia el alcance de logros no alcanzados o proyección hacia nuevos logros. De acuerdo con lo anterior. La evaluación se caracteriza por ser multidimensional, participativa, continua, integral y significativa

## CRITERIOS DE DESEMPEÑO

GRADO PRIMERO	GRADO SEGUNDO	GRADO TERCERO
<b>PERIODO 1</b>	<b>PERIODO 1</b>	<b>PERIODO 1</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificará en su cuerpo y en el de sus compañeros los diferentes ejes corporales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Integra adecuadamente el movimiento según la parte del cuerpo que utilice.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificará el elemento de trabajo con el cual realizará trabajos óculo manuales y óculo pedales.</li> </ul>



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

<ul style="list-style-type: none"> <li>Se desplazará utilizando todas las formas de locomoción sin presentar dificultades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se desplazará utilizando todas las formas de locomoción sin presentar dificultades</li> </ul>	
<b>PERIODO 2</b>	<b>PERIODO 2</b>	<b>PERIODO 2</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Coordinará movimientos y desplazamientos en rondas y juegos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Coordinará movimientos y desplazamientos en rondas y juegos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Coordinará movimientos y desplazamientos en líneas, círculos y/o aparatos adecuados</li> </ul>
<b>PERIODO 3</b>	<b>PERIODO 3</b>	<b>PERIODO 3</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprenderá la importancia del trabajo colectivo para el aprendizaje motriz y la conservación de la salud.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprenderá la importancia del trabajo colectivo para el aprendizaje motriz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprenderá la importancia del trabajo colectivo e individual como lo es el atletismo</li> </ul>
<b>PERIODO 4</b>	<b>PERIODO 4</b>	<b>PERIODO 4</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mejorará la coordinación viso-pédica, viso-manual en los niños, mediante actividades de conducción, lanzamientos y recepción de elementos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mejorará la coordinación viso-manual y viso-pédica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mejorará la coordinación auditiva y motora mediante la actividad de la música.</li> </ul>
<b>GRADO CUARTO</b>		<b>GRADO QUINTO</b>
<b>PERIODO 1</b>		<b>PERIODO 1</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Ejecutará con la mínima técnica, los movimientos básicos que forman parte de las destrezas del triatlón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocerá de forma global la clasificación de las pruebas del atletismo.</li> </ul>	



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

<b>PERIODO 2</b>	<b>PERIODO 2</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demostrará con la técnica adecuada, rollos y posiciones invertidas de la gimnasia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivenciará los cambios fisiológicos producidos por el esfuerzo y el reposo de los gestos técnicos que conforman las disciplinas deportivas programadas.</li> <li>• Demostrará la técnica enseñada.</li> </ul>
<b>PERIODO 3</b>	<b>PERIODO 3</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalecerá sus capacidades de aprendizaje tomando como orientación los sistemas de juego propuestos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocerá y estará familiarizado con el deporte Identificando los principios de la reglamentación de juego</li> </ul>
<b>PERIODO 4</b>	<b>PERIODO 4</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicará los trabajos orientados involucrando el ritmo como elemento básico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocerá y estará familiarizado con el deporte Identificando los principios de la reglamentación de juego</li> </ul>
<b>10.2 ESTRATEGIAS</b>	<b>10.3 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS</b>
<p>La observación sistemática y cualitativa que el estudiante realiza, permite conocer sus progresos, las dificultades que tiene y las ayudas que necesita para superarlas. Por ello se considera este método como el más idóneo para la evaluación de los contenidos de esta área junto a una correcta recogida e interpretación de las formaciones que proporciona, por consiguiente se aplicaran Planillas de observación (análisis de resultados, registros conductuales, listas de control, escalas) Test (rendimiento físico, resistencia máxima, fuerza máxima, potencia)</p> <p>-Pruebas objetivas (escritas, orales)</p>	<p>De acuerdo a la estructura del formato institucional del plan de refuerzo y superación y a su vez el formato de recuperación, se elabora teniendo en cuenta los aspectos de información, las actividades a realizar, el control, seguimiento y por último la aceptación de la comisión de evaluación. Específicamente en las actividades se plantea detalladamente e individualmente según sea el caso cada una de las acciones a ejecutar, como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Consultas y/o informes escritos</li> <li>-Sustentaciones</li> <li>-Pruebas orales</li> <li>-Pruebas escrita</li> <li>-Desarrollo de guías</li> </ul>





# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

-Trabajos prácticos; demostraciones de destrezas, Test, Circuitos... Estas acciones deben poseer su respectiva fecha de presentación y estar dirigidas a reforzar y superar las dificultades y/o deficiencias de los indicadores de desempeño para el alcance del logro propuesto. Es conveniente para evidenciar este proceso, registrar el seguimiento paulatinamente del mismo soportado por la firma del estudiante y del padre de familia finalizado este

## 11. ARTICULACIÓN, PROYECTOS TRASVERSALES

Grado	Hilos conductores	Competencias PESCC
<b>Primero</b> <b>Segundo</b> <b>Tercero</b>	Derecho a la libertad de elección y respeto a la diferencia.	Entiendo que todos tenemos derecho a elegir libremente nuestra orientación sexual y a vivirla en ambientes de respeto.
	Aspectos Psicológicos y sociales de la reproducción.	Entiendo que la reproducción humana incluye aspectos psicológicos y sociales, además del evento biológico de la concepción, el embarazo y el parto, como lo son imaginarios y representaciones sociales sobre maternidad y paternidad. Analizo críticamente estas manifestaciones y participo en su transformación en caso de que estas atenten contra mis derechos o los demás.
	Expresión de afecto.	Comprendo que expresar y recibir afecto promueve el bienestar humano y fortalece las relaciones.
	El cuerpo como fuente de bienestar.	Entiendo que mi cuerpo es una fuente de bienestar, lo cuido, me siento a gusto con él y opto por estilos de vida saludable.
	Convivencia pacífica y dialogada.	Soluciono mis conflictos de forma pacífica y dialogada, encontrando balances justos que relacionan los intereses personales, de pareja, familiares y sociales.
	Proyecto de Vida.	Oriento mi vida hacia mi bienestar y el de las demás personas y tomo decisiones que me permiten el libre desarrollo de mi personalidad, a partir de mis proyectos y aquellos que construyo con otros.



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9



*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

	Análisis crítico de los comportamientos culturales de género.	Analizo críticamente los roles establecidos para cada género, en mi cultura y en culturas diferentes, y emprendo acciones para superar estereotipos y prejuicios asociados al género.
<b>Cuarto Quinto</b>	Aspectos Psicológicos y sociales de la reproducción.	Entiendo que la reproducción humana incluye aspectos psicológicos y sociales, además del evento biológico de la concepción, el embarazo y el parto, como lo son imaginarios y representaciones sociales sobre maternidad y paternidad. Analizo críticamente estas manifestaciones y participo en su transformación en caso de que estas atenten contra mis derechos o los demás.
	Derecho a la libertad de elección y respeto a la diferencia.	Entiendo que todos tenemos derecho a elegir libremente nuestra orientación sexual y a vivirla en ambientes de respeto.
	Expresión de afecto.	Comprendo que expresar y recibir afecto promueve el bienestar humano y fortalece las relaciones.
	Derecho a la intimidad.	Comprendo que tengo pleno derecho sobre mi cuerpo y que nadie puede acceder a él sin mi consentimiento. Acudo a personas e instituciones especializadas cuando este derecho es vulnerado en mi o en otros.
	Convivencia pacífica y dialógica.	Soluciono mis conflictos de forma pacífica y dialogada, encontrando balances justos que relacionan los intereses personales, de pareja, familiares y sociales.
	Pluralidad de identidades.	Entiendo que existen diferentes formas de sentir el hecho de ser hombre o mujer, las respeto, las valoro y actué en consecuencias.
	Equidad de género.	Entiendo que las mujeres y los hombres somos libres e iguales en dignidad y derechos. Emprendo acciones para que las diversas formas de ser hombre o mujer, que permiten el desarrollo de todas las potencialidades humanas, sean respetadas y valoradas en los diferentes contextos.
	Reconocimiento de la dignidad.	Comprendo que todas las personas son un fin en sí mismas y, por tanto,



# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**



Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9

*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

<b>Sexto Séptimo</b>		valiosas por ser seres humanos, y emprendo acciones para que esto sea realidad en mí, en mi familia, en mi pareja y en la sociedad.
	Flexibilidad en los comportamientos culturales de género.	Participo en la construcción de comportamientos culturales de género flexibles, igualitarios y dignificantes, que permitan la vivencia de diferentes opciones de vida entre hombres y mujeres en un marco de equidad.
	Derecho a la libertad de elección y respeto a la diferencia.	Entiendo que todos tenemos derecho a elegir libremente nuestra orientación sexual y a vivirla en ambientes de respeto.
	Establecimiento de acuerdos, frente a la sexualidad.	Establezco acuerdos frente a mi sexualidad con mi pareja, mi familia y con los demás miembros de la sociedad, de manera consensuada, sin coacción y teniendo en cuenta mi bienestar y el de los demás.
	Expresión de afecto	Comprendo que expresar y recibir afecto promueve el bienestar humano y fortalece las relaciones.
	Funcionamiento biológico sexual y reproductivo.	Comprendo el funcionamiento biológico de la sexualidad y de la reproducción humana, y esta comprensión me sirve para vivir una sexualidad satisfactoria y saludable para mí y para los demás.
	El cuerpo como fuente de bienestar.	Entiendo que mi cuerpo es una fuente de bienestar, lo cuido, me siento a gusto con él y opto por estilos de vida saludable.
<b>Octavo Noveno</b>	Identidad y sexualidad.	Entiendo que la sexualidad es una dimensión constitutiva de la identidad humana y se diferencia de la que la constituye.
	Equidad de género.	Entiendo que las mujeres y los hombres somos libres e iguales en dignidad y derechos. Emprendo acciones para que las diversas formas de ser hombre o mujer, que permiten el desarrollo de todas las potencialidades humanas, sean respetadas y valoradas en los diferentes contextos.
	Construcción de ambientes de respeto.	Participo en la construcción de ambientes pluralistas, en los que todos los miembros de la comunidad puedan elegir y vivir libremente su



# Plan de Área Educación Física

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**



Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016  
DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9

*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

		orientación sexual, sin discriminación, riesgos, amenazas o coerciones.
	El cuerpo como fuente de bienestar.	Entiendo que mi cuerpo es una fuente de bienestar, lo cuido, me siento a gusto con él y opto por estilos de vida saludable.
	Identificación, expresión y manejo de emociones propias y ajenas.	demás, y el expreso de forma asertiva. Siento empatía con las emociones de las demás personas y esto me permite, por ejemplo, alegrarme con los triunfos ajenos, sentirme mal cuando se hace daño a otro, pedir perdón y emprender acciones reparadoras cuando las situaciones lo requieren
	Toma de decisiones.	Tomo decisiones autónomas frente a mi vida sexual, basadas en principios éticos universales que se sustentan en el respeto a la dignidad humana y considerando el bienestar de todos los posibles involucrados. Para ello, empleo el conocimiento científico que tengo, como, por ejemplo, los conocimientos en métodos de planificación, sobre las consecuencias del abuso de sustancias psicoactivas, y acerca de las formas para la prevención de ITS y VIH/sida.
	Convivencia pacífica y dialógica.	Soluciono mis conflictos de forma pacífica y dialogada, encontrando balances justos que relacionan los intereses personales, de pareja, familiares y sociales.
<b>Decimo Undécimo</b>	Desarrollo del juicio moral.	Tomo decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana y en la preocupación por el bien común, que parte del análisis, la argumentación y el dialogo sobre dilemas que plantea la cotidianidad frente a la sexualidad y que propenden por estilos de vida saludables.
	Flexibilidad de los comportamientos culturales de genero	Participo en la construcción de comportamientos culturales de género flexibles, igualitarios y dignificantes, que permitan la vivencia de diferentes opciones de vida entre hombres y mujeres en un marco de equidad.



# Plan de Área Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**



Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016

DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9

*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

	Valoración de la diversidad.	Comprendo que todas las personas tienen derecho a participar en las decisiones que puedan afectarlas. Aprecio e incluyo los aportes de todos los miembros de la comunidad en la toma de decisiones, independientemente de cuál sea su orientación sexual.
	Lenguaje del erotismo	Entiendo que existen diferentes simbolizaciones y representaciones sociales frente al erotismo. Reconozco cuando estas van en contra de la dignidad propia o de las otras personas y emprendo acciones para su protección.
	Construcción y cuidado de las relaciones.	Entiendo que existen diferentes tipos de relaciones afectivas y establezco relaciones basadas en el respeto y el cuidado de mí y de las demás personas involucradas.
	Toma de decisiones.	Tomo decisiones autónomas frente a mi vida sexual, basadas en principios éticos universales que se sustentan en el respeto a la dignidad humana y considerando el bienestar de todos los posibles involucrados. Para ello, empleo el conocimiento científico que tengo, como, por ejemplo, los conocimientos en métodos de planificación, sobre las consecuencias del abuso de sustancias psicoactivas, y acerca de las formas para la prevención de ITS y VIH/sida.
	Convivencia pacífica y dialógica.	Soluciono mis conflictos de forma pacífica y dialogada, encontrando balances justos que relacionan los intereses personales, de pareja, familiares y sociales.

## 12. REFERENCIAS



# Plan de Área Educación Física



SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL, SAN JOSÉ DE CÚCUTA  
**INSTITUTO TÉCNICO RAFAEL GARCÍA HERREROS**

Resolución 2804 de 10 de Noviembre de 2016

DANE: 25400100915101 – NIT: 807.001.601-9

*“Formando en valores, emprendimiento y cultura proyectamos el campo hacia el futuro”*

BONILLA B. Carlos Bolívar- CAMACHO C. Hipólito, Programas de educación Física para primaria, Editorial Kinesis, Armenia, 2002.

CORPAS RIVERA Francisco, TORO BUENO Salvador, ZARCO RESA Juan, Educación Física en la enseñanza Primaria, Ediciones Aljibe, Archidona, 1994

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL, Lineamientos curriculares de Educación Física Recreación y deportes, Editorial Magisterio, Bogotá D.C. 2000

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL, Marco General Programas Generales de Educación Física Recreación y Deporte, Básica secundaria y media vocacional,

Bogotá, 1988.

SECRETARIA DEPARTAMENTAL DE EDUCACIÓN DEL HUILA CENTRO EXPERIMENTAL PILOTO, Alternativa Curricular De Educación Física para Secundaria, Programación de 6° a 11° Editorial Kinesis, Armeia 1997

PROCEDIMIENTO	Elaboró			Revisó			Aprobó		
ESTAMENTO ENCARGADO	JEFE DE ÁREA			COORDINACIÓN ACADÉMICA			CONSEJO ACADÉMICO		
NOMBRE									
FECHA (DD-MM-AA)	DD	MM	AA	DD	MM	AA	DD	MM	AA